



城西大学
Sports
夏季号
2019年 7月 vol. 39
城西大学の題字は創立者・水田三喜男先生
発行所：〒350-0295 埼玉県坂戸市けやき台 1-1 城西大学



100m決勝 3位でゴールする水久保誠至(左)月刊陸上競技提供

200m決勝 2位、100m決勝 3位

第98回関東学生陸上競技選手権大会(関東インカレ)は5月23~26日、神奈川県相模原市の相模原ギオンスタジアムで行われた。陸上競技部の水久保誠至(経営3)が100mで3位、200mで2位となり、初のスプリント2種目表彰台の快挙を達成した。水久保が一走を務めた400mリレーと主将の川越広弥(経営4)の400mハードルで6位入賞。男子駅伝部の荻久保寛也(経営4)が5000mで6位、1万mで5位と2種目入賞を果たした。対校得点は総合11位(26点)で13年連続の1部残留を決めた。【君島麻末】

400mリレー6位入賞

第98回関東学生陸上競技選手権大会(関東インカレ)は5月23~26日、神奈川県相模原市の相模原ギオンスタジアムで行われた。陸上競技部の水久保誠至(経営3)が100mで3位、200mで2位となり、初のスプリント2種目表彰台の快挙を達成した。水久保が一走を務めた400mリレーと主将の川越広弥(経営4)の400mハードルで6位入賞。男子駅伝部の荻久保寛也(経営4)が5000mで6位、1万mで5位と2種目入賞を果たした。対校得点は総合11位(26点)で13年連続の1部残留を決めた。【君島麻末】



200m表彰台上がった水久保(左)月刊陸上競技提供

水久保は「記録に残らない追い風、参考記録なので後味が悪いなど感じる」と話しながらも、「100mで調子がいいと感じていたので、200mでもいけるのではな...」と自信満々だった。また、6位入賞した400mリレーでは「二走でスタートを切ることができた。毎年城西大学で入賞を果たしている...」と、今年に残れるか不安だったが、決勝に残れて光栄だったと振り返った。「正体が分かってしま...」と、フィジカルを強化したい」と語り、秋の日本インカレ。そしてオリンピックの年。近年競争が激化している男子短距離で日本代表に食い込めるような走りを期待したい。(2面に関連記事)

Athlete & Column Josai Sports vol.39 4

男女ともインカレ出場 悲願の日本一を目指す

「決勝のステージに」(男子主将・渡辺) 「優勝を狙う」(女子主将・三浦)

男女ソフトボール部

ソフトボール部は男女とも8月下旬から9月にかけて開催の全日本学生選手権大会インカレの出場権を獲得した。悲願の日本一を目指し、レベルアップを図っていく。

女子は5月に行われた関東学生春季リーグ戦で優勝し、早々とインカレの出場権を得た。決勝は前回優勝校の山梨学院大学を3-0と下した。主将の三浦万季(経営3)は今回は投手陣の調子が良く、守備のリズムが作れたため攻撃に集中することができた」と振り返り、「守備の細さ、スピード感、小技、サイドフーなど細かいところをもっと詰めるなどの精進を上げていきたい」と話。インカレ前の東日本インカレで優勝して勢いをつけ、最後まで成長し続ける、最高の形インカレを迎えて優勝を狙います」と意気込んでいる。

昨年はインカレ出場権を逸した男子は、4月下旬から5月にかけての関東学生春季リーグ戦の完全優勝(5勝)に



男子ソフトボール部



女子ソフトボール部

前期は無敗 勝ち点13で2位につける

「チームとして大きな自信に」(猿山監督)

サッカー部

3年ぶりの優勝、そして東2部リーグ復帰を目指す埼玉県1部リーグは5月2日に開幕した。6月22日の第7節までの前期は3勝4分(勝ち点16)の2位で、首位に勝ち点差3と奪還に向けて好位置につけた。今年からリーグ戦が改正され、前期7節・中期7節・後期7節の計21試合という長期戦となった。文教大学との開幕戦は2-2の引き分け。2節の獨逸大学戦は5-0と快勝した。

第3節共栄大学戦を引き分けた後、第4節の埼玉大学戦は4-2と勝利。第5節の平成国際大学戦と第6節の尚美学園大学戦はいずれもドローとなったが、第7節の埼玉工業大学戦では3-0で快勝した。

猿山誠監督は「主力にケガ人が続出する中、思ったようなメンバーを組むことができなかったが、代りにチャンス



埼玉工業大学戦の先発イレブン

取材スタッフ

本多 重典 (薬学部6年) 千田 夏生 (薬学部4年) 君島 麻末 (経営学部3年) 宝蔵寺佑樹 (現代政策学部3年) 榎谷佑樹 (現代政策学部3年) 石川 慧 (現代政策学部3年) 西村 太郎 (現代政策学部3年)

アドバイザー

知見寺美紀 (2014年度卒業) 吉田美咲 (2015年度卒業) 高橋義典 (2017年度卒業)

JSポ フェイスブックはこちら ▶ <http://www.facebook.com/JOSAISPORTS>

記者募集

記事を書いてみませんか。初心者でも大丈夫です。新聞記者経験がある職員が取材・書き方を基本から指導します。興味がある学生、やる気がある学生、大歓迎です。写真、イラスト、漫画なども協力してくれる学生もぜひ参加してください。連絡はこちらまで ▶ j-sports@josai.ac.jp

関東インカレ

予選で自己ベスト、2年連続入賞

川越 400メートルハードルで6位



▲ 400メートルハードルで力走する川越広弥(中央)＝宝蔵寺佑樹撮影

最後の関東インカレとなった川越広弥が予選で自己ベストを記録。2年連続の入賞を決めた。

「冬季練習がしっかり出来てシーズンインしたが、結果が不安だった」という川越だが、今シーズンは4年生のレベルが高いから予選から本気で行く」という強い気持ちで、50秒73の自己ベストにつながった。決勝は1位が49秒台、7位までが50秒台というハイレベルなレースとなった。6位の川越は50秒83だった。

川越は「その中で勝ちきれなかったのは悔しい」と話したが、「主将として得点を上げる、最低限の目標をクリアし、チームが1部残留まで良かった」と安堵の表情。卒業後は実業団ではな、教員志望。教員アスリートとして日本選手権に出場し、400メートルハードルの宮崎県(出身県)記録を30年くらい更新されないように記録を伸ばしていきたい」と今後の目標を語った。

【君島麻未】

男子駅伝部

荻久保 1万5000メートル(5)、5000メートル(6)ダブル入賞

初得点もたらしチームの士気上げる



男子駅伝部では、荻久保寛也(経営4)が1万5000メートル6位とダブル入賞し、気を吐いた。荻久保はケガのため正月の箱根駅伝に出場できず、本格的な練習が積めたのは3月に入ってからだったという。

大会初日の1万5000メートルでは、カのある留学生に終盤までくらくつく、持ち前のスパルタ力では最後は早稲田選手を抜いて、日本2番手をゴール。初得点4をもたらし、チームの士気を上げた。記録は自己記録に迫る28分50秒だった。

5000メートルでは、5月の大会で13分台の仲間入りをした今年の活躍が期待される菅原伊織(経営3)が14分10秒66で10位となった。8位とはわずか1秒11の差だった。菅原は「思うような走りが出来ず、不甲斐ない結果になってしまった。一から練習をし直してダメだった部分を改善し、駅伝シーズンでは絶対に負けない覚悟を持って試合に臨めるよう努力していきたい」と奮起を期した。

【千田夏生】

5000メートル10位の菅原

「駅伝では絶対に負けられないよう努力していく」

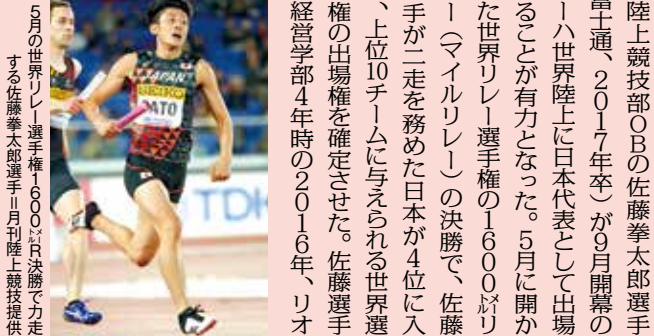
分57秒12だった。5000メートルは大会最終日。暑い悪コンディションの中、粘り強い走りを見せた14分06秒01で日本人3番手に食い込んだ。荻久保は「3回目の出場が初めてちゃんとした入賞することができた。入賞できて良かった。今後は箱根駅伝に向けて、持久力をつけて予選会で日本人トップを取れるよう頑張っていきたい」と力強く語った。

5000メートルでは、5月の大会で13分台の仲間入りをした今年の活躍が期待される菅原伊織(経営3)が14分10秒66で10位となった。8位とはわずか1秒11の差だった。菅原は「思うような走りが出来ず、不甲斐ない結果になってしまった。一から練習をし直してダメだった部分を改善し、駅伝シーズンでは絶対に負けない覚悟を持って試合に臨めるよう努力していきたい」と奮起を期した。

【千田夏生】

OB佐藤拳太郎選手
世界陸上の日本代表へ

5月の世界リレー選手権16000メートル決勝で二走を務める



陸上競技部OBの佐藤拳太郎選手(宣通、2011年卒)が9月開幕のドーハ世界陸上に日本代表として出場することが有力となった。5月に開かれた世界リレー選手権の16000メートル(4×4000メートル)の決勝で、佐藤選手が二走を務めた日本が4位入り、上位10チームに与えられる世界選手権の出場権を確定させた。佐藤選手は経営学部4年時の2016年、リオ五輪での活躍が期待される。

佐藤選手は「長年、日本のマイルリレーは停滞を続けてきたが、15年ぶりに決勝へと進むことができた。たくさんの選手、切望をかけた時間、そして応援やサポートの皆様の力があつたと語る。世界陸上と東京五輪については、あの舞台でまた走れるよう、今から準備していく。2年に1度、4年に1度と思う、一生涯に1度なのだからという気持ちで臨んでいきたい」と抱負を語った。

UNIVAS発足 大学スポーツ新時代へ

経営学部教授
小野 正人

日本の大学スポーツでは「運動部は大学生が自ら運営するもの」という自主性が尊重されてきた。この考えのもとで大学全体の立場でスポーツをまとめる組織は日本にはなく、大学スポーツは各大学の運動部と競技別の学生連盟の自主的な努力によって運営されてきた。半面で各運動部の位置づけは、クラブで運営基盤や統率が取れていないために問題が続発し、改革の必要性が唱えられた。

アメリカの大学でも20世紀初頭に運動部でけが人が続出し、死者まで出るような問題になり、その対応策として1910年に全米大学体育協会(NCAA)が設立された。

日本では、2019年の大学スポーツ協会(UNIVAS)が設立された。UNIVASは「大学スポーツの発展を促す」という目的を掲げ、各大学の運動部と競技別の学生連盟の自主的な努力によって運営されてきた。半面で各運動部の位置づけは、クラブで運営基盤や統率が取れていないために問題が続発し、改革の必要性が唱えられた。

アメリカの大学でも20世紀初頭に運動部でけが人が続出し、死者まで出るような問題になり、その対応策として1910年に全米大学体育協会(NCAA)が設立された。

強いチームへ大きな変化

硬式野球部



春季リーグは2部10チーム中、5位で終えた。大坪享平主将(経営4)は「春は悔しい結果」と言うものの、「応援に回った部員も含めこれまでとは違った雰囲気や戦い方ができた」と歓迎の言葉を述べた。

春季リーグ後、就任した村上新監督は、田中慧樹(二塁手、経営4)と高野優(指名打者、経営4)、野瀬祥一郎(外野手、経営4)の名前を挙げて「去年出場機会

「結果悪くとも、(村上新監督)しっかり立ち上がる」

が少なかつた選手がチャンスをもたせ、結果を出してくれな」と、さらにそれが4年生だったことがうれいし、3人に加え、打率4割で打撃成績3位になった原光貴(外野手、経営3)がベストナインに選ばれた。投手陣では1年生の英真太郎(経営1)に起用の目標が立ち、ケガから復帰した唐沢裕貴(経営3)も経験を生かした。

春季リーグ後、村上新監督は選手一人ひとりと面談を行い、9月の自分ごとこにののか、どこにいたか、そこに向けて土台づくりをしっかりやっていると話し、強い気持ちで、結果が悪くとも、しっかり立ち上がるエネルギーを持って頑張ってもらいたい」と選手たちと呼びかけたという。選手としっかりコミュニケーションが取れている村上新監督の下、城西大学硬式野球部は心機一転、9月に向けて強いチームになっという。

【宝蔵寺佑樹】

ソフトテニス部

男子 関東リーグで4位
女子 春季リーグ 首都3部優勝

▲ ソフトテニス部・女子

今春の関東学生ソフトテニスリーグ戦は月11日から15日にかけて千葉県日野町で開かれた。昨春、2部で優勝した男子は2勝3敗で4位だった。一方、昨年からリーグに復帰した女子は4月の首都学生春季リーグの3部で4勝1敗の成績で優勝して2部に昇格。関東リーグでは6部で5勝1敗と準優勝して確実にステップを踏んでいる。

春季リーグ後、チームは幹部交代をし、新主将には加藤開大(経済3)が就いた。山口幸雄監督は「レギュラー陣を固定しない、チーム内での競争力を強化し、互いに切磋琢磨し、リーグ優勝を目指したい」と抱負。加藤主将も「(3部)残留はできたが、4位という悔しい結果だったが、秋季リーグは新チームとして臨む初のリーグ戦。チーム一丸となって優勝したい」と語っている。

講演会

本学OB・米スタンフォード大アメフト部コーチ 河田 剛氏



「アスリートの将来こそが大切」

本学OBで米スタンフォード大学アメリカンフットボール部のコーチを務めている河田剛氏の講演会が3月28日、清光ホールで開かれ、運動部の学生や教職員約300人が熱心に耳を傾けた。

「米国の大学スポーツ事情」をテーマにした講演で、河田氏は冒頭「アメリカのスポーツのシステム」と題して講演し、アメリカの大学スポーツのシステムについて、その歴史や現状、そしてアメリカの大学スポーツの将来について話した。

河田氏は「アメリカの大学スポーツは、学生が自ら運営するもの」という自主性が尊重されてきた。この考えのもとで大学全体の立場でスポーツをまとめる組織は日本にはなく、大学スポーツは各大学の運動部と競技別の学生連盟の自主的な努力によって運営されてきた。半面で各運動部の位置づけは、クラブで運営基盤や統率が取れていないために問題が続発し、改革の必要性が唱えられた。

アメリカの大学でも20世紀初頭に運動部でけが人が続出し、死者まで出るような問題になり、その対応策として1910年に全米大学体育協会(NCAA)が設立された。

日本では、2019年の大学スポーツ協会(UNIVAS)が設立された。UNIVASは「大学スポーツの発展を促す」という目的を掲げ、各大学の運動部と競技別の学生連盟の自主的な努力によって運営されてきた。半面で各運動部の位置づけは、クラブで運営基盤や統率が取れていないために問題が続発し、改革の必要性が唱えられた。

アメリカの大学でも20世紀初頭に運動部でけが人が続出し、死者まで出るような問題になり、その対応策として1910年に全米大学体育協会(NCAA)が設立された。

Let's Sports
「明るく協力、し3部昇格目指す」

水泳部

水泳部は男子18人、女子4人で火曜日の午後4時から活動している。

時半から2時間、大学のプールで活動している「写真。時間厳守や声出しなどのルールを作る」一方、楽しんで活動しているという。

8月初めに行われる関東学生選手権水泳競技大会の4部で2位以上になり、3部に昇格することが当面の目標だ。昨年はリレーでの入賞があった。石井天斐主将(経営4)は「明るく協力してまとまりを持って3部を目指している。興味のある人はぜひ入部してほしい」と呼びかけている。

【西村金太郎】

「城西プライド」を持ち歴史創る

男子ラクロス部は創部5年目を迎え、部員はマネージャーを含めて22人、大所帯になった。写真。代表者の神津智也(経営4)は部の歴史を振り返り、「以前に比べて学内での周知が広がり、組織自体がレベルアップした」と語る。組織としては関東ユースが選出されるなど、箱根に力をつけている。



今年には新入部員が13人、うちマネージャー6人を数え、将来に向けてさらに大きな組織的な取り組みが期待されている。神津は「城西ラクロス部のプライドを持ち、これから創られる歴史を長く引き継いでいってほしい」と語る。

共に歴史を刻みたいと思う人は今からでも遅くない。ぜひ体験会に参加してみよう。【神津智也】

Pharmacy×Sport

紫外線と熱中症に気をつけて

夏の屋外で気になるのが、「紫外線」や「脱水・熱中症」ではないでしょうか。紫外線は細胞中の酸素を活性化させ、「活性酸素」を生成します。活性酸素には強い殺菌作用があり、白血球が体内に侵入した細菌を殺菌する際に使用しますが、私たちの細胞を破壊する力もあります。そのため、必要のない活性酸素は酵素により処理されます。

しかし、紫外線の影響などにより過剰に生成された活性酸素は、処理機能が追い付かなくなると細胞を攻撃、老化の促進や生活習慣病などの原因となります。激しい運動による呼吸数の増加も活性酸素の生成につながります。また、活性酸素の生成は乳酸の生成にも関係しており、筋疲労の原因となります。

対応策として、酵素の働きを高める亜鉛や鉄などミネラルやタンパク質の補給、活性酸素を除去する抗酸化物質ビタミンA、C、E

【本多里菜】

の摂取がお勧めです。ビタミンCは水溶性のため、一度に大量に摂取しても尿中に排泄されてしまいます。毎日摂取するほうがよいでしょう。

次に水分です。高温環境下では、体温調節のために皮膚の血流増大や発汗を促します。また汗には、濃度としては低いながら塩分が含まれています。したがって、大量に発汗した際は体液量の全量が減少し、ナトリウムの全量も低下します。そこに真水で水分を補給すると体液のナトリウム濃度が低下し、けいれん等につながります。また、水分の腸管吸収には塩分と糖質が必要です。こうしたことから、水分補給には「塩分」と「糖質」を含んだものがよく、より効率的に体液量を回復できます。

暑い夏、野菜やお肉をしっかり食べ、適切な水分補給を行うことで乗り切りましょう。